

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети с 7 до 11 лет+ОВЗ+инвалиды

Четверг вторая неделя
На 01 февраля 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло сливочное (порциями)	0,08	7,25	0,13	66	7,10
90	Рыба припущенная	10,35	3,80	0,39	77	41,52
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	12,86
200	Чай с лимоном витамин	0,10	0,05	15,20	61	2,78
34	Хлеб пшеничный	2,58	0,27	16,73	80	2,29
15	Хлеб ржаной	0,99	0,18	5,01	26	1,34
40	Пирожное школьное к чаю с повидлом	2,00	2,00	13,70	83	28,00
539	Итого	19,15	19,33	70,94	536	95,89

Обед

60	Салат витаминный (2 вариант б/перца)	0,94	3,61	5,27	58	4,20
200	Суп картофельный с домашней лапшой	2,29	2,46	13,46	85	4,64
240	Плов из булгура с курицей	18,35	17,39	36,02	374	60,57
200	Кисель из вишни	0,20	0,00	13,00	53	7,58
34	Хлеб пшеничный	2,58	0,27	16,73	80	2,29
30	Хлеб ржаной	1,98	0,36	10,02	52	2,68
130	Плоды или ягоды свежие (виноград)	0,60	0,60	15,40	72	42,47
894	Итого	26,94	24,69	109,90	774	124,43

При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____



И.Н.Яворская



Утверждаю:
И.о. директора МБОУ ООШ № 21
А.Н.Мочалова

Меню
МБОУ ООШ № 21
Дети от 12 лет и старше

Четверг вторая неделя
На 01 февраля 2024 год
Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
10	Масло сливочно порционно	2,46	3,16		38	7,10
100	Рыба припущенная	14,10	4,18	0,43	96	46,13
180	Картофельное пюре	3,70	7,41	23,73	176	15,22
200	Чай с лимоном витаминизированный	0,10	0,05	15,20	61	2,78
32	Хлеб пшеничный	2,66	0,28	17,22	82	2,16
24	Хлеб ржаной	1,65	0,30	8,53	43	2,14
36	Пирожное школьное к чаю	2,00	2,00	13,70	83	11,40
582	Итого	26,67	17,38	78,81	579,00	86,93
	Наценка 25%					21,73
	Всено					108,66

При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Повар _____ И.Н.Яворская

